

Муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования  
Ставропольский Дворец детского творчества



Принята на заседании  
научно-методического совета  
от 27августа 2020 г.  
Протокол № 1

Утверждаю:  
И. о. директора МАУ ДО СДДТ  
  
Н.Я. Гончарова  
28 августа 2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
*художественной направленности*  
«Основы современного танца»

Возраст обучающихся - 4-6 лет  
Срок реализации – 1 год

Составитель: Зинченко Е. А.,  
педагог дополнительного образования  
Новикова Е. В.,  
педагог дополнительного образования  
Варяница В. В.,  
педагог дополнительного образования  
первой квалификационной категории

г. Ставрополь, 2020

### **Пояснительная записка.**

Современная хореография – вид творческой деятельности, подчиненный закономерностям развития культуры общества. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы современного танца» имеет **художественную** направленность.

**Новизна** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы современного танца» заключается в том, что она рассчитана на работу с детьми независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привитие начальных навыков творчества в танце.

**Актуальность.** Хореография как никакое другое искусство обладает огромными возможностями для его гармоничного духовного и физического развития. Занятия современным танцем не только учат понимать и создавать прекрасное, они развивают образное мышление и фантазию детей, дают гармоничное пластическое развитие, формируют правильную осанку, прививают основы этикета и грамотные манеры поведения в обществе. Танец развивает эстетический вкус, воспитывает нравственные качества и возвышенные чувства, но в отличие от других искусств, оказывает существенное влияние на физическое развитие ребенка. Влияя на развитие эмоциональной сферы личности, совершенствуя тело ребенка физически, воспитывая через музыку духовно, хореография помогает обрести уверенность в собственных силах, дает толчок к самосовершенствованию, к постоянному развитию.

**Педагогическая целесообразность** программы объясняется основными принципами, на которых основывается вся программа, это - принцип взаимосвязи обучения и развития; принцип взаимосвязи эстетического воспитания с хореографической и физической подготовкой, что способствует развитию творческой активности учащихся, дает им возможность участвовать в постановочной и концертной деятельности. Эстетическое воспитание помогает становлению основных качеств личности: активности, самостоятельности, трудолюбия. Программный материал нацелен на развитие ребенка, на приобщение его к здоровому образу жизни в результате разностороннего воспитания.

**Цель:** раскрытие индивидуальных возможностей и творческих способностей детей дошкольного возраста посредством современной хореографии через танцевально-игровую деятельность, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.

**Задачи:**

**Обучения:**

- формировать у учащихся знания, умения и навыки на основе овладения и освоения программного материала;
- обучить основам хореографического мастерства;
- формировать музыкально-ритмические навыки;
- способствовать формированию правильной осанки с помощью специальных упражнений;

**Развития:**

- развивать физические качества: гибкость, координацию движений, равновесие, мышечную силу, выносливость;
- развивать музыкальные способности: чувство ритма, эмоциональную отзывчивость на музыку;
- развивать музыкально-игровые образы, танцевальную выразительность, артистизм;
- развивать фантазию, способность к импровизации;

**Воспитания:**

- воспитывать интерес и уважение к танцевальному искусству;
- воспитывать художественный вкус;
- воспитывать умение работать в коллективе;
- приобщать ребенка к здоровому образу жизни и гармонии тела.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы современного танца» учитывает возрастные психолого-физиологические особенности учащихся: в 4-6-летнем возрасте дети способны заниматься хореографией, так как сформированность структур и функций мозга ребенка близка по ряду показателей к мозгу взрослого человека. Современные данные возрастной психологии позволяют утверждать, что мозг ребенка готов к усвоению доступной информации в процессе систематического обучения. Однако в процессе учебной деятельности педагог учитывает тот факт, что в индивидуальном развитии детей одного и того же возраста наблюдаются отклонения от средних показателей темпа созревания мозга и всего организма – опережение или отставание. В связи с этим педагог вносит корректировку в содержание занятия.

**Отличительная особенность программы в том, что она ориентирована на работу с детьми, независимо от наличия у них специальных физических данных, на воспитание хореографической культуры и привития начальных навыков в искусстве современного танца, позволяет удовлетворить познавательные и коммуникативные интересы детей дошкольного возраста.**

Программа разработана с учетом современных достижений в области хореографического воспитания и детского исполнительства.

**Срок освоения программы.** Программа рассчитана на 1 год.

**Форма обучения** – очная.

**Занятие по типу:** теоретическо-практическое.

**Форма организации занятия** – групповая. **Форма проведения занятия** – игровая, репетиционно-тренировочная.

**Ожидаемые результаты.**

**Предметные результаты:**

- знакомство с элементами современного танца;
- развитие чувства ритма;
- развитие музыкально-ритмических навыков;

- обучение выполнению требований безопасности на занятиях.

Личностные результаты:

- развитие природных хореографических данных учащихся;
- воспитание самостоятельности, дисциплины;
- формирование координации, чувства ритма, ориентации в пространстве;

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Основы современного танца» имеет **ознакомительный** уровень развития учащихся, который включает в знакомство с основными движениями современного танца.

К реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Основы современного танца» привлечена психологическая служба Ставропольского Дворца детского творчества, осуществляется психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса.

**Способы определения их результативности.** Главным экспертом в оценке личностного и творческого роста обучающихся является педагог с помощью метода наблюдения и метода включения детей в хореографическую деятельность.

*Методом отслеживания результативности,* является педагогическое наблюдение в процессе образовательной деятельности.

#### Учебно-тематический план.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
<b>Раздел 1</b>	<b>Танцевальная азбука</b>	<b>1</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	
1.	Вводное занятие: техника безопасности.	1	-	1	Знание правил поведения в хореографическом зале
2.	Ходы по кругу	-	8	8	Умение ориентироваться в пространстве
3.	Маршевые шаги	-	8	8	Умение правильного выполнения маршевых шагов
4.	Перестроение в колонну	-	10	10	Знать терминологию перестроений. Умение ориентироваться в пространстве
<b>Раздел 2</b>	<b>Тренировочные упражнения</b>	<b>3</b>	<b>22</b>	<b>25</b>	
1.	Parterre: упражнения на коврике	1	12	13	Знание движений и умение их выполнять
2.	Прыжки	2	10	12	Знание комбинаций
<b>Раздел 3</b>	<b>«Основы современной хореографии»</b>	<b>4</b>	<b>28</b>	<b>32</b>	
1.	Беседа о современном танце	1	-	1	Знание истории возникновения современного танца
2.	Положение рук	1	10	11	Знание движений и умение их выполнять
3.	Положение ног	1	8	9	Знание движений и умение их выполнять

4.	Элемент "Кач"	1	10	11	Выявление умений правильного исполнения элемента "кач"
<b>Раздел 4</b>	<b>«Постановочная и репетиционная работа»</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	
	Танец «Мороженное»	2	16	18	Умение исполнять танец
	<b>Итого</b>	<b>10</b>	<b>92</b>	<b>102</b>	

### Содержание программы:

#### Раздел 1: Танцевальная азбука.

*Тема 1.* Вводное занятие: техника безопасности.

Теория. Определение целей, задач обучения, режима занятий. Беседа на тему «Что такое современный танец?»

*Тема 2.* Ходы по кругу.

Практика. Учить детей строить круг и двигаться по нему, сохраняя интервалы. Учить ходьбе на полупальцах, пятках, на всей стопе.

Все упражнения носят игровой характер.

*Тема 3.* Маршевые ходы.

Практика. Учить детей различать быстрый и медленный темп шага, четкий и мягкий характер движения. Ходы выполняются, по кругу сохраняя интервал. В конце занятия проводится игра на внимание: «Земля, воздух, вода».

*Тема 4.* Перестроение в колонну.

Практика. Учить детей перестраиваться из круга в 1-ую колонну из нее в 2-ую, 4-ую. Игра «Чья линия быстрее?»

#### Раздел 2: Тренировочные упражнения.

*Тема 1.* Упражнения на коврик.

Теория. Объяснение упражнения, его направленность и значимость.

Практика. Сидя на коврике:

- работа стоп – «ушки зайчика» - 8 раз
- «бочка» - обхватить колени, вытянуть обратно, повторить 4 раза.
- «бабочка» - раскрыть колени и пытаться достать до пола – 4 раза.
- «велосипед» - движения ног имитируют езду на велосипеде - 16 раз.

Лежа на коврике:

- «бутербродик» - достать руками до стопы не сгибая колени - 4 раза.
- «ножницы» - прямыми в коленях ногах выполнять движения крест-накрест – 8 раз.

*Игра:* «Зеркало».

*Тема 2:* Прыжки.

Теория. Виды прыжков. Цель и методика выполнения прыжков.

Практика. Прыжки:

- «трамплинчики» - по VI позиции затянуть носки над полом – 8 раз;
- "лягушка"- из положения сидя выпрыгнуть вверх - 8 раз;
- "Выше и дальше" - прыжки в высоту и в длину.

*Игра:* «Шарик» - упражнение на восстановление дыхания: сдулся, надулся.

#### Раздел 3: Основы современной хореографии.

*Тема 1:* Беседа о современном танце.

Теория. Что такое "Современный танец".

*Тема 2: Положение рук.*

Теория. Виды положений рук в современном танце.

Практика:

- «Стульчик» - руки опущены вниз (вверх, в стороны), ладони параллельно полу (потолку, стен)
- «Полочка» - руки согнуты в локтях перед грудью, параллельно полу.

*Тема 2: Положение ног.*

Теория. Виды положений ног. Методика выполнения.

Практика: 6 позиция ног, I позиция ног, «скошенная стопа».

*Тема 4: «Кач».*

Теория. Виды "кача". Методика выполнения.

Практика:

- полуприседания на каждый счет.
- полуприседания на каждый счет с корпусом.
- полуприседания на каждый счет с продвижением в стороны.

#### **Раздел 4: Постановочная и репетиционная работа.**

Танец: "Мороженое".

Теория. Сюжет и развитие танца.

Практика. Постановка и отработка танца.

В конце учащиеся должны:

#### **Знать:**

- правила поведения в танцевальном зале;
- правила личной гигиены на занятиях по хореографии;

#### **Уметь:**

- выполнять ритмические упражнения;
- выполнять простейшие элементы современного танца.

#### **Иметь навыки:**

- выполнять простейшие элементы современного танца.

### **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

Образовательный процесс по данной программе строится с использованием игровой технологии, развивающего обучения с акцентом на развитие творческих качеств ребенка. Методы, используемые при реализации данной программы:

Наглядный – практический показ упражнений педагогом.

Словесный – беседы о целях, задачах программы. Комментарии педагога к каждому упражнению.

При организации и проведении занятий реализуются следующие принципы:

- заинтересованность учащихся;
- наглядности, личная демонстрация приемов, видео и фотоматериалы;
- доступности, который требует, чтобы перед учащимися ставились
- посильные задачи, иначе у учащихся снижается интерес к занятиям. От педагога требуется постоянное и тщательное изучение способностей

учащихся, их возможностей в освоении конкретных элементов, оказание помощи в преодолении трудностей;

– систематичности.

Занятия хореографией делятся на несколько видов:

1. Обучающие занятия: детально разбирается движение. Раскладка и разучивание упражнений в медленном темпе. Объяснение приема его исполнения.
2. Закрепляющие занятия: повтор движений или комбинаций не менее 3-4 раз. Первые повторы исполняются вместе с педагогом. При повторах выбирается кто-то из ребят, выполняющих движение правильно, лучше других, или идет соревнование – игра между второй и первой линиями. И в этом, и в другом случае дети играют роль солиста или как бы помощника педагога.
3. Итоговые занятия: учащиеся практически самостоятельно, без подсказки выполняют все заученные ими движения и танцевальные комбинации, демонстрируют знания и владения основной терминологией.

Структура проведения занятий:

1. Подготовительная часть (разминка);
2. Основная часть (разучивание нового материала);
3. Заключительная часть (закрепление выученного материала).

Форма нестандартного занятия – открытое занятие с присутствием родителей и других педагогов творческого коллектива.

Программа ежегодно корректируется с учетом изменяющихся условий, нормативных требований.

#### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Занятия хореографией проводятся в специально оснащённом кабинете (балетном классе), с имеющимися в нем станками, зеркалами. Занятия проходят под магнитофон. Обязательным является наличие специальной танцевальной формы и обуви у учащихся (спортивные трикотажные штаны, футболка, кеды)

#### **Литература**

**Для педагога.**

1. Буренина А.И. Ритмическая мозаика. - М. 2015
2. Дидковская Т.Н. Сборник музыкально-ритмических упражнений. Надым: МОУ ДОД ЦДТ, 2016.
3. Колодницкий Г.А. Физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры. – М.: Дрофа, 2016.
4. Полятков С.С. Основы современного танца. – М.: Феникс, 2016. 5.
5. Шереметьевская Н.Е. Танец на эстраде. – М.: Один из лучших, 2018.

**Для учащихся.**

1. Балет: Энциклопедия. - М.: Сов. Энциклопедия, 2016г.
2. Свердель Л., В музыкальном зоопарке. Песенки-картинки, стихи, загадки, сказки, игры, викторины, - М.: СИНТЕГ, 2017.

3. Фролова, Ю. Веселая музыкалочка. - М.: Феникс, 2017

**Интернет-ресурсы**

<https://www.youtube.com/watch?v=w58APTkwYng>

<https://dancehelp.ru/>